



Basketball for psykisk sårbare og udsatte borgere i Aarhus Kommune

Kom og vær med til basket - vi træner hver onsdag eftermiddag.....

Basketballtræningen er for alle – uanset niveau.

Det er en sport, som lægger op til samarbejde mellem spillerne; det skaber fællesskab og god stemning.

Du kan sagtens deltage, selvom du aldrig har rørt en basketball før. Det hele handler om at have det sjovt og samtidig få lidt sved på panden. Til træning øver vi forskellige facetter af spillet fx at skyde, dribble og aflevere. Der vil være boldlege og øvelser, og du deltager i det omfang, du har lyst til.

Det er helt okay at tage sig en puster ude på sidelinjen.

Tilmelding er ikke nødvendig, og det er gratis at deltage. Medbring gerne indendørs sko eller spil med i strømper.

Der er mulighed for at få et bad bagefter.

Tid og sted

Onsdag kl. 14-15.15, Frederiksbjerg Idrætscenter, hal 1, F. Vestergaards Gade 5, 8000 Aarhus C.



AARHUS
KOMMUNE



Kontaktoplysninger

Idræt på banen

Anne, tlf. 41 85 49 21

Psykiatriens Hus

Lukas, tlf. 21 17 80 04

Ellen-Sofie, tlf. 41 86 08 43

AGF Basket

Klaus, tlf. 23 31 88 87

Hjemmeside og Facebook

www.aarhus.dk/idraetpaabanen

facebook.com/idraetpaabanen

Basketballtræning er et samarbejde mellem Idræt på banen og Psykiatriens Hus i Center for Forebyggelse og Rehabilitering i Aarhus Kommune samt AGF Basket.